



**INTERNET VA IJTIMOIIY TARMOQLARGA TOBELIK: YOSH
AVLOD ONGI VA MA`NAVIYATIGA TA`SIRI**

Mustaqil tadqiqotchi

Omonova Shohida Muminovna

Annotatsiya

Ushbu maqolada yoshlar orasida internetdan noto'g'ri foydalanishning ijtimoiy-psixologik oqibatlari, internetga tobelik, muammoning o'rganilganligi, uning ob'ekti, rivojlanish mexanizmlari, ko'rinishlari, internetga qaram shaxsning psixologik portreti, shuningdek addiktsiyani oldini olishning profilaktikasi masalalari yoritib berilgan.

Kalit so'zlar: *internet, tobelik, addiktsiya, tobelikning rivojlanish mexanizmlari, tobelik alomatlari, geymbling, ludomaniya, qimor o'yinlari*

Bugungi kunda internet va ijtimoiy tarmoqlar har bir inson hayotining ajralmas qismiga aylanib ulgurgan. Xususan, yoshlar orasida bu texnologiyalarga qaramlik darajasi tobora oshib bormoqda. Bu esa faqatgina axborot olish imkoniyati bilan cheklanib qolmay, balki ong, tafakkur, axloq, ma'naviyat, ruhiy holat va xattoki jamiyatdagi munosabatlarga ham katta ta'sir ko'rsatmoqda.

Bugungi kunda axoli orasida ayniqsa yoshlar orasida internetdagi totalazator o'yiniga qiziqish ortayotgani masalaning eng og'riqli nuqtasidir. Internetga, rolli o'yinlarga, onlayn qimorga tobelik addiktiv xulq-atvorning namoyon bo'lish shakllaridan biri sifatida izoxlanadi. Psixologiyada addiktiv xulq-atvor (ing. Addiction–zararli odatlarga tobelik) - “reallikdan qochish” bo'lib, u o'zining namoyon etish bosqichiga qarab psixik buzulish sifatida o'rganiladi. Addiktsiyaning kimyoviy va nokimyoviy ko'rinishi mavjud. Kimyoviy ko'rinishi bu –kimyoviy moddalarga tobe bo'lish bo'lib, bu Yerda giyohvandlikning barcha ko'rinishlari, ichkilikbozlik, shuningdek psixotrop dori vositalariga tobe bo'lish



tushunilsa; nokimyoviy ko'rinishiga qimor, telefon o'yinlari, internet saytlari, jinsiy yaqinlik addiktsiyasi, o'zini doimiy ravishda biror narsa sotib olishdan ushlab tura olmaslik–shoppingni kiritish mumkin. Kompyuterga tobelik xorij psixologiyasida muammo sifatida klinik psixolog K. Yung va psixiatr I. Goldberlar tomonidan o'tgan asrning 80–yillarining ohiridan o'rganila boshlandi¹.

Ilk bor internet tobelik atamasi I. Goldberg tomonidan 1996 yil kiritilgan. Goldberg ushbu atama orqali insonni internet va kompyuterdan foydalanish oqibatida kelib chiquvchi turmushdagi, jamiyatdagi, bilim olishlagi, ishdagi faoliyatida yuzaga keladigan buzulishlarni tushungan².

Rossiyada 2002 yildan 2008 yilga qadar internet foydalanuvchilari sonining ortib borishi va uning oqibatida internetga tobelik yuzaga kelishi oqibatida, ushbu masalaga muammo sifatida qarala boshlandi³.

O'zbekistonda ushbu muammo 2006 yillarga kelib, kompyuter xonalarning ko'payib ketishi va buning oqibatida maktab o'quvchilarining darsdan qochib yoki darsdan so'ng uyga bormay ushbu o'yin dargohlaridan chiqa olmasliklari va buning o'quvchi yoshlarning ongiga ta'siri o'laroq o'rganila boshlangan⁴.

Internetga tobelik oqibatida yuzaga keluvchi internet o'yinlariga mukkasidan ketishlik hozirda kasalliklarning xarqaro tasnifida F11 raqami bilan qimor o'yinlari(gembling, lyudomaniya) esa, F63.0 raqami ostida olingan. Internet tobelik psixologlar tomonidan "internetga kirishdan o'zini

¹Cyber-Disorders: The Mental Health Concern for the New Millennium - Kimberly Young, Molly Pistner, James O'Mara, and Jennifer Buchanan. 107th APA convention, August 20, 1999.

²Рахимова И.Н."Компьютер ўйинларига тобеликнинг психологик хусусиятлари" (Phd)илмий даражасини олиш учун тайёрланган диссе.я. 2015.–Т.

³Войскунский, А. Е. (2004)Актуальные проблемы зависимости от Интернета//Психологический журнал. Т. 25. №1.С. 90-100. Егоров, А. Ю. (2007) Не химические зависимости. СПб.: Речь. Лоскутов, В. А. (2000) Интернет зависимость-патология 21века?//Вопросы ментальной медицины и экологии. Т. 6. №1 С./11-13.

⁴Далимова Н. М. Ўсмирларнинг компьютер ўйинларига боғланиб қолишларининг айрим сабаблари// Мактаб ва ҳаёт. – Т., 2008. Нигматулина Л. А. Влияние компьютерной зависимости на структуру личности//

21 аср психологияси: назария, амалиёт, истикболлар.-Т.: Мумтоз сўз, 2013.-С 301-303. Хамидов Ж. А. Инсон

ва компьютер муносабатларининг назарий масалалари//21 аср психологиясининг назарий ва амалий муаммолари: Респ. Ил-амал. Конф. Матер.-4 апрель 2012. –Т, 2012. С. 98-101.



to'xtata olmaslik istagi va shu bilan bir qatorda internetdan chiqa olmaslik xolati" sifatida qaraladi.

Shaxs o'zining biror narsadan tiyib tura olmasligi, besabrligi, atrofidagi muammolardan qochib internet olamiga mukkasidan ketishi, oson pul topish maqsadida totalizatorlarga pul tikib va buning oqibatida katta miqdorda qarz bo'lib, qarzni to'lay olmaslik natijasida o'z joniga qasd qilgan, jinsiy extiyojlarini xam virtual olamda qondirishga o'rganib qolayotgan yoshlar, ijtimoiy olamdan uzilib virtual olamdan chiqa olmayotganlar, farzandlar nafaqat ota-onalari bilan xattoki tengdoshlari bilan virtual olamdagi o'yinlar orqali muloqotga kirishishlari, o'tirishni endigina boshlagan bolajonlar ham telefon gadjetlarsiz ovqat Yemayatgani, uyquga yotmayatgani bizni o'ylantirmayaptimi? Bugungi kundagi tadqiqotlar shuni ko'rsatayaptiki, insonlarda addiktsiya paydo bo'lishining negizi oilalarda o'zaro muloqot va e'tiborning yo'qolib borayotganligida deb aytish mumkin.

Internetga tobelik psixologik tobelikning ko'rinishlaridan biridir deb aytdik. U video o'yinlaridan, kompyuter o'yinlaridan o'zini ushlab tura olmaslikda namoyon bo'ladi. Psixologiyada internetga tobelik atamasi bilan bir qatorda igromaniya, ludomaniya, gembling-tobelik degan atamalaridan keng foydalaniladi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, psixologik tobelik biror bir boshqa kasallikning ikkilamchi simptomidir. Shuning uchun mutaxassislar avval o'sha kasallikni aniqlashga kirishadilar. O'yinga tobelik darxol o'zini namoyon etmaydi, u bosqichma-bosqich ro'y beradigan jarayondir. Uning negizi doim bolalikka borib taqaladi.

Yuqorida ko'rsatilgan misollar bejizga takidlangani yo'q. Xulqdagi og'ishlarning deyarli xammasi bolalik davriga borib taqaladi. Oilada bolaga munosabat va uning bola ongida va xulqida ijobiy va salbiy rivojlanishlarni sotsiogenetik olim E.Eriksonning shaxs rivojlanishi davrlari misolida taxlil kilib chiqsak.



E. Eriksonning nazariyasiga binoan bolalik davri quyidagicha: go'daklik davri (tug'ilgandan 1 yoshgacha) – ishonch va ishonchsizlik davri bo'lib, go'dakda ko'rish, eshitish, xid bilish, ta'm bilish, teri tuyush tuyg'ulari rivojlanadi. Bola tashqi olamni o'zlashtira boshlaydi. Bu davrda qolgan keyingi davrlari kabi rivojlanishning ikki yo'nalishi bor: ijobiy va salbiy.

Ijobiy ko'rinish: onalik roli to'g'ri yo'lga qo'yilsa, ya'ni bola bilan fikran va jisman birga bo'lsa, bolada tashqi olamga ishonch shakllanadi, asta sekin bolaning olamiga ota, buvi va oilaning boshqa a'zolari kirib borishadi. Bu esa, odamlarga ishonch, iliq munosabatlar, o'z atrofidaogilar bilan chuqur emotsional aloqalar bog'lash tuyg'usini shakllantiradi.

Salbiy ko'rinish: onaning diqqat markazida go'dak emas, avtomatik ravishda uni parvarishlash, uy ishlari, xayot tashvishlari, oiladagi nizolar kabilar tursa; go'dakda ishonchsizlik, qo'llab quvvatlanmaslik, pessimistiklik, odamlarga qo'rquv va shubxa gumon bilan qarash tuyg'usi shakllanadi.

Ilk bolalik(1-3 yoshgacha) – mustaqillik yoki uyat va qat'iyatsizlik davri bo'lib, bola ilk qadamlarini qo'yishi bilanoq boshlanadi. Bu davrda bola yurish, chiqish, ko'tarilaish, ochish–yopish, otish, irg'itish, kiyinish, ovqatlanish kabi turli xarakatlarni o'zlashtira boshlaydi. Bola o'z xarakatlarini o'zi bajarishga intiladi, talab qiladi va bundan zavq oladi.

Ijobiy ko'rinish: bolada mustaqillik, avtonomlik shakllanadi. U o'z tanasi va xarakatlarini o'zi boshqara olishidan unda o'z xoxish va istaklarini erkin ifodalash, xamkorlik, o'ziga–o'zi to'g'ri baxo berish va erkinlik shakllana boshlaydi. Ota ona tomonidan bolaning mustaqil xarakatlanishiga to'sqinlik qilinmaydi, shu bilan bir qatorda uning xayoti va xavfsizligiga zarar Yetkazuvchi harakatlardan asraladi.

Salbiy ko'rinish: ota – ona bolaning xarakatlarini cheklaydi, bolaga sabri chidamaydi, bola bajarayotgan ishni shoshib o'zlari bajaradilar, bolaning bexosdan sodir etgan xarakatlari uchun (narsa sindirib qo'yishi, tagini xo'l qilib qo'yishi) uni koyidilar, uyaltiradilar. Yoki boladan o'zlari erisha olmagan





natijalarni kutadilar. Bolada o'ziga bo'lgan ishonch shakllanmaydi, odamlarga qo'shilmaydi, o'z xoxish istaklarini namoyon qilmaydi, odamovi, uyatchan. Doimiy ravishdagi uyaltirish, xarakatlarini cheklash oqibatida, salbiy emotsiyalarning ortib borishi, buning oqibatida tushkunlik, tobelik va chorasizlikning shakllanadi.

O'yin yoshi (3-6 yoshgacha) – tashabbuskorlik davri. Bu yoshga kelib bolaning izlanishlar olami kengayadi. Olam bola uchun reallikdan va tassavurlaridan iborat. U o'z istaklarini cheklovlarsiz va aybdorlik xislarisiz amalga oshirishga intiladi. Vijdoniylik tuyg'usi xam aynan shu davrda shakllanadi.

Ijobiy ko'rinish: bolaning g'ayratii, yugurishi, izlanishi, kurash tushishi, velosiped, chang'i uchishi kabi harakat faoliyati cheklanmasa bolada tashabbuskorlik shakllanadi. Qiziqtirgan savollariga javob berilsa va uning xayolot olamida sayr qilishga xalaqit berilmasa, bunday bolalarda intellektual tashabbuskorlik rivojlanadi.

Salbiy ko'rinish: aksincha ota-ona bolaga uning faol harakatlarini cheklab zararli va keraksiz deb bilishi, uning doimiy savollariga javob berishdan qochib jerkishi, bolada aybdorlik tuyg'usini shakllantirib keyingi xayot bosqichlariga olib o'tadi. Ota-onaning "senga mumkin emas, xali kichkinasan", "tegma", "aralashma", "baribir eplolmaysan, o'zim qilaman", "seni deb bo'ldi" kabi tanqidiy iboralari kelgusida biror bir faoliyatda natija ko'rsatishiga to'sqinlik qiladi.

Maktab yoshi (6 – 12 yoshgacha) – mexnatsevarlik va norasolik kompleksi. Bu davrda bolalar maktabda, uyda va tengdoshlari orasida ko'pgina malaka va ko'nikmalarga ega bo'ladilar, tengdoshlari bilan o'zlarini solishtirish faollashadi.

Ijobiy ko'rinish: bolaning biror narsa yasashi, ixtiro qilishi, pishirishi, tikishi ota-ona, yaqinlari, o'qtuvchilari tomonidan rag'batlantirilsa, maqtov so'zlari aytilsa, bolada boshlagan ishini ohiriga Yetkazish ko'nikmasi, ijodkorlik, ixtirochilik maxorati shakllanadi.



Salbiy ko'rinish: ota-onalar bola faoliyatida bekorchilikni, atrofni to'zitishni ko'rsalar, bola maktabda o'tilayotgan darsni tengdoshlariga nisbatan sekin o'zlashtirsa, doimiy ravishda ulardan ortda qolsa, bolada norasolik kompleksi shakllanadi. Bola o'zini salbiy baholashni boshlaydi.

Yoshlik (o'smirlik, 12 – 19 yosh) – o'zini topishga intilish yoki aralash rollar. Bolalalikdan chiqish, ulg'ayish fizeologik va psixologik o'zgarishlarni uyg'otadi. Psixologik o'zgarishlar ichki kurashlarda mustaqillikka intilishda namoyon bo'ladi. Ota-ona dushman yoki sajdagohga aylanadi. Bu davrda men kimman, kim bo'laman savol qiynaydi. Kichikmanmi yoki katta? Uni diniy yoki dunyoviy qarashlari tashvishlantiradi. Stereotiplari shakllanadi. Tashqi ko'rinishini o'zgartirib, o'zini topishga harakat qiladi. Avtonomlik ortidan ota-onaga, jamiyat normalariga qarshi chiqadi.

Ijobiy ko'rinish: bu davrni ijobiy Yengib o'tgan o'smir, ijtimoiy jamiyatni, uning normalarini qabul qiladi.

Salbiy ko'rinish: ishonchsiz, uyatchan, aybdorlik xissi, norasolik kompleksi bilan ulg'aygan o'smir o'zining “Men”ini topish masalasida, xayotda o'z rolini topolmay qiynaladi, o'ziga ishonchsizlik uni taqib qiladi⁵.

Xulosa qilib aytganda, psixologik addiktsiya va uning kelib chiqish sabablari qayerda degan savolga yuqorida aytib o'tilganidek bolalikda degan tasdig'imiz ushbu nazariyada, yani uning salbiy ko'rinishlarida topdi deyish mumkin. Boshqa psixologik buzulishlar singari, internetga tobelik xam davolanishga muxtoj xolatdir. Davolash bilan bog'liq bo'lgan tajribalar shuni ko'rsatadiki, bemor buni o'zi tushunib harakat qilsagina natijaga erishiladigan jarayon xisoblanadi. Majburiy urinishlar (oila a'zolari tomonidan) samara bermasligi yoki natija uzoq davom etmasligi mumkin. Bu psixologik buzulish bo'lishiga qaramasdan nafaqat psixologik yordam balki medikametoz davo turiga ham murojat qilinadi. Psixokorreksion dasturlar shuningdek psixiatr ko'magi zarur xisoblandi.

⁵ Э.Элкинд, Эрик Эриксон и восемь стадий человеческой жизни.(пер.с.анг) –М.: Когнито-центр. 1996.



Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Войскунский, А. Е. (2004) Актуальные проблемы зависимости от Интернета//Психологический журнал. Т. 25. №1.С. 90-100.
2. Егоров, А. Ю. (2007) Не химические зависимости. СПб.: Речь.
3. Лоскутов, В. А. (2000) Интернет зависимость-патология 21века?// Вопросы ментальной медицины и экологии. Т. 6. №1 С/.11-13.
4. Далимова Н. М. Ўсмирларнинг компьютер ўйинларига боғланиб қолишларининг айрим сабаблари//Мактаб ва хаёт. – Т., 2008.
5. Нигматулина Л. А. Влияние компьютерной зависимости на структуру личности//21 аср психологияси: назария, амалиёт, истиқболлар.-Т.: Мумтоз сўз, 2013.-С 301-303.
6. Хамидов Ж. А. Инсон ва компьютер муносабатларининг назарий масалалари//21 аср психологиясининг назарий ва амалий муаммолари: Респ. Ил-амал. Конф. Матер.-4 апрель 2012. –Т, 2012. С. 98-101.
7. Э.Элкинд. Эрик Эриксон и восемь стадий человеческой жизни. (пер.с.анг) –М.: Когнито–центр. 1996.
8. Cyber-Disorders: The Mental Health Concern for the New Millennium - Kimberly Young, Molly Pistner, James O'Mara, and Jennifer Buchanan. 107th APA convention, August 20, 1999.